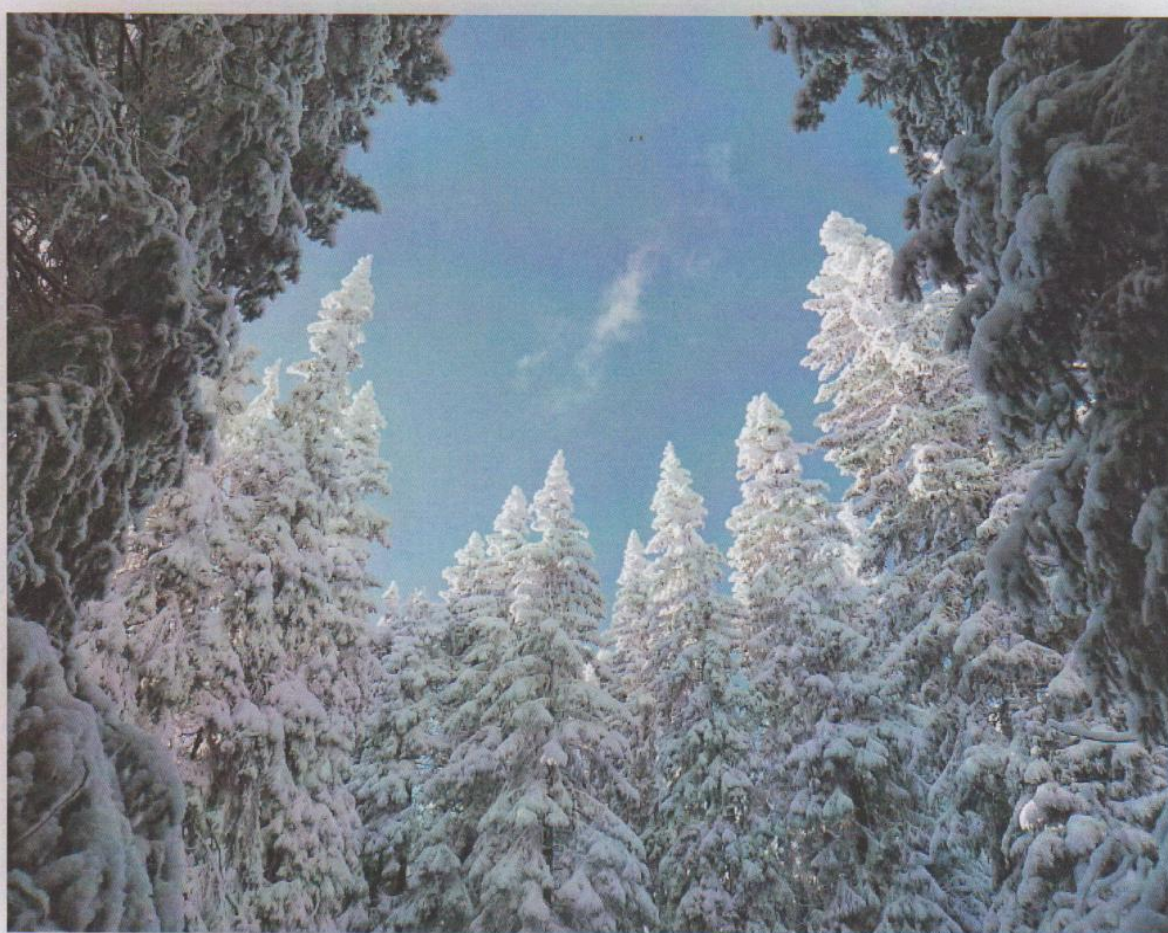


NÁŠ DOMOV



První vydání
roku 2015
leden - březen

Vážení čtenáři,

Jelikož nám začal další nový rok, tak nám v úvodu dovoluť všem popřát do roku 2015 hodně štěstí, pohody, lásky a hlavně hodně zdraví .

Na co se můžete těšit v tomto čísle časopisu????

- Připomeneme si otevření nového oddělení stanice F v našem domově, barevné listopadové dny, návštěvu a hry s našimi přáteli ze Soběslavi, návštěvu čerta a Mikuláše a následnou odpolední zábavu a na závěr nesmíme zapomenout na projekt Česko zpívá koledy
- Nesmí chybět ani příběh na pokračování s názvem Pro císaře pána
- Co si můžeme představit pod názvem Snoezelen?
- Zavzpomínáme si na herce Jaroslava Moučku
- Jelikož se nám blíží velikonoce, tak si připomeneme jejich zvyky a tradice
- A v neposlední řadě si zase procvičíme naše mozečky

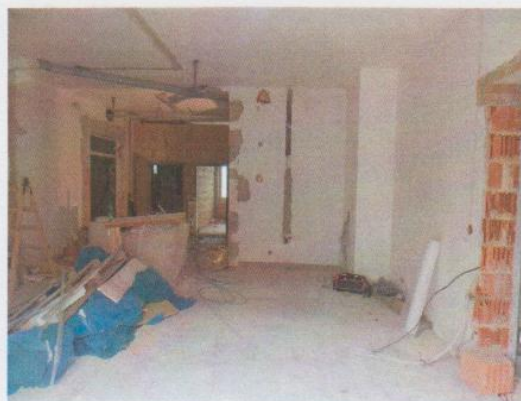
**ZÁROVEŇ NABÍZÍME MOŽNOST VŠEM OBYVATELŮM
NAŠEHO DOMOVA, KTERÍ BY TAKÉ CHTĚLI PŘÍSPĚT
DO NAŠEHO ČASOPISU JAKÝMKOLIV PŘÍBĚHEM,
SDĚLENÍM ČI NOVÝMI INFORMACEMI, ABY
KONTAKTOVALI PRACOVNÍKY ERGOTERAPIE.**

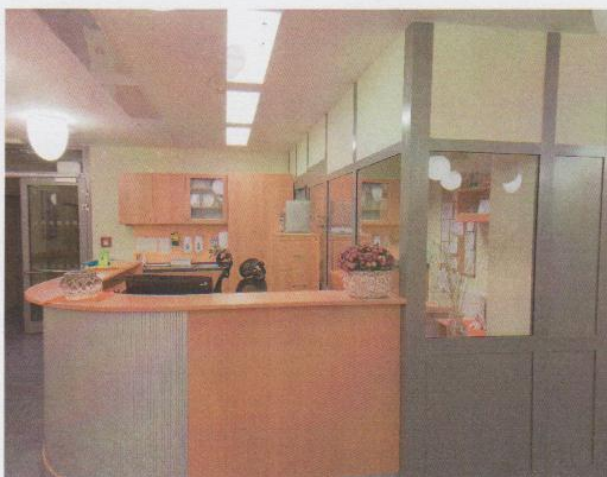
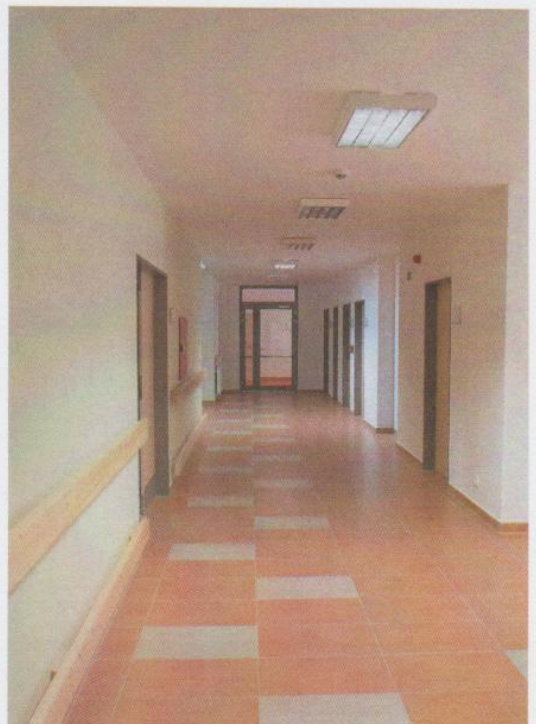
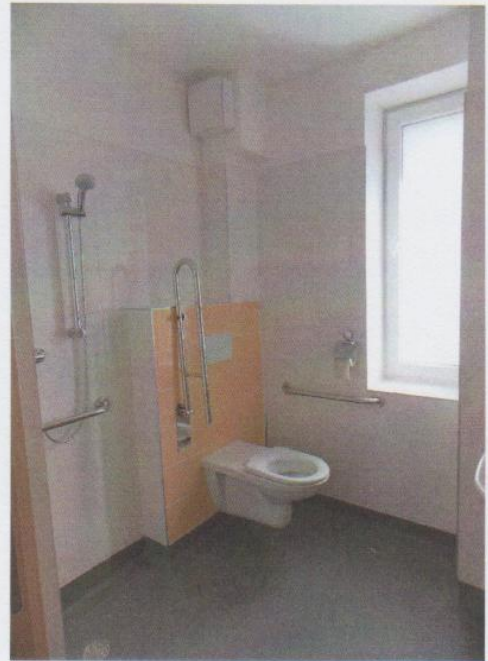
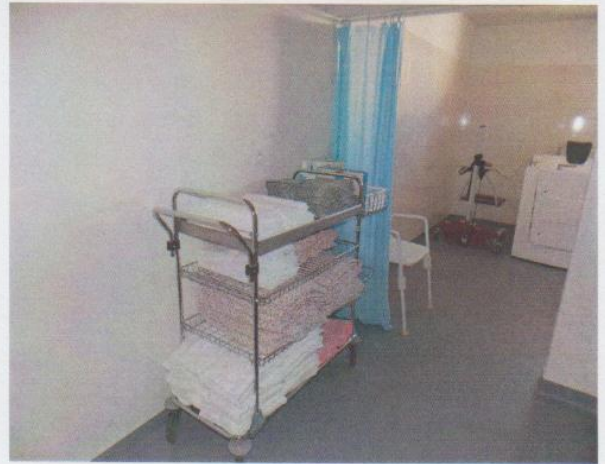
Přejeme příjemně strávený čas nad řádky našeho časopisu
NÁŠ DOMOV.

OHLÉDNUTÍ ZA...

Říjen - Otevření nové stanice F

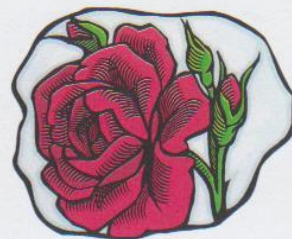
V měsíci říjnu jsme slavnostně otevřeli novou stanici F pro 32 klientů. Zde je několik fotek celkové rekonstrukce.





Listopadové barevné dny

Jak zahnat smutnou náladu? Každou středu v měsíci jsme se již tradičně oblékli do barev. Tentokráte to byly barvy červená, žlutá, modrofialová a zelená.





Klienti DpS Máj x DpS Soběslav

Jako každý rok i tentokrát jsme se utkali o putovní pohár. Všichni včetně našich hostů ze Soběslavi jsme se oblékli do žluté barvy v rámci listopadových barevných dnů.



Čert a Mikuláš

Na začátku prosince nás opět navštívil Čert a Mikuláš společně s andělem a donesli nám též nadílku.





Česko zpívá koledy

I tento rok jsme se zapojili do projektu Česko zpívá koledy a na jídelně stanice A jsme se sešli v hojném počtu.



Zima básníkova

*Dívej, bílé nekonečné pláne
smutnými slovy zasněžené.
Vločky snášejí se na mé dlaně
v téhle situaci bezútěšně.*

*V rukou v slzy se mi mění,
oplakávající moje prsty
v kterých dávno citu není.
Nedokážou zahrát svými slovy.*

*Kdysi tak v psaní básní zdatné
teď jen břímě, které dále nechci.
K čemu jsou mi v zimě platné
ať odlétnou, jak ti ptáci lehčí.*

*Ruce cizí, mrznou tady v zimě.
Žalostný úsměv ve svém dechu
snažím se marně loudit ze mě.
Nerozmrnou, snaha bez úspěchu.*

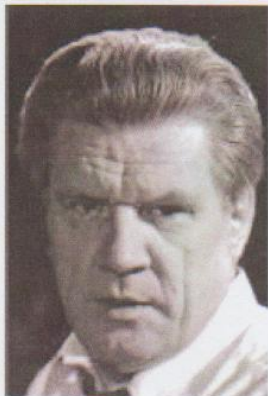
*Svým veršům už já nerozumím,
z herbářů ztratila se jejich vůně.
Psaní slov bylo jediné, co umím,
snad jen z toho báseň stůně.*

*Napíšu pár veršů posledních
na každou vločku sněhovou.
Dřív než mi v mých dlaních
křehká slova roztajou.*

*Poslouchej bílé nekonečné pláne
smutnými slovy zasněžené.*



Jaroslav Moučka (9.11.1923 – 26.12.2009)



Jaroslav Moučka se narodil 9.11.1923 ve Studené u Telče. Pocházel z prostých poměrů z Vysočiny. Vyučil se zámečnickem, za války zároveň začal hrát ochotnické divadlo v Jihlavě. Po druhé světové válce působil v jihlavském Horáckém divadle jako inspicient, ve stejné funkci pak strávil rok na Kladně, následně hrál v Olomouci, do sezóny 1949-1950 spadá jeho neúspěšný pokus prosadit se v Národním divadle. V letech 1953-1994 byl členem souboru Divadla na Vinohradech, kde za čtyřicet sezón sehrál téměř stopadesát rolí. Nikdy nebyl předurčen k rolím milovníka, od mládí hrál spíše venkovské chasníky s bodrým naturelem a sklonem ke komediálnímu pojetí; takové figurky ztvárňoval také na filmovém plátně a před televizní kamerou. Typové zařazení mezi představitele obyčejných lidových charakterů jej předurčilo k uplatnění především v české divadelní klasice (Paličova dcera, Babička, Jan Hus, Dalskabáty hříšná ves).

Ve filmu a televizi sehrál Moučka od 50. do 90. let desítky menších rolí; poprvé se objevil v roce 1950 v dnes již zapomenutém dramatu Případ dr. Kováře. Více začal hrát v 60. letech, kdy točil několik filmů ročně, dostával menší role v různorodých žánrech, připomenout si jej můžeme například v kriminálkách Vrah skrývá tvář (1966) nebo Na kolejích čeká vrah (1970); filmů podobného ražení bylo více a Moučka v nich představoval postavy na obou stranách zákona. Z komediálních rolí je dodnes známý jako zednický mistr Hovorka v

legendárních Světácích (1969) nebo šéf gangsterů v parodii Čtyři vraždy stačí, drahoušku (1970).

Stejně jako u řady jiných umělců měl na Moučkovou kariéru vliv jeho politický postoj. Jeho původ a válka jej v roce 1945 přivedly do Komunistické strany, v 60. letech přijal reformní politiku, ale zklamán vývojem po sovětské okupaci ze strany vystoupil. Navíc se objevil v trezorovém filmu Ucho (1970) a především zahrál hlavní roli politického vězně v televizním dramatu Dlouhé dopoledne (1969), který komunistická moc nemohla přijmout, což vedlo k omezení jeho činnosti v 70. letech. Nicméně na rozdíl od jiných postižených kolegů se mohl nadále objevovat v televizi, zřídka i ve filmu. Filmových rolí bylo pomálu, ale poměrně hojná byla Moučkova účast v televizních seriálech – Taková normální rodinka (1971), F. L. Věk (1971), Byli jednou dva písaři (1972), Nejmladší z rodu Hamrů (1975) nebo Chalupáři (1975). V době vzniku Charty 77 pak Moučka pod příslibem větších příležitostí znovu přijal členství v Komunistické straně, načež následovalo udělení titulu zasloužilý umělec (1978). Souběžně s tím začaly přicházet role funkcionářů odpovídající Moučkovu novému postavení. Takto se objevil v seriálech Nemocnice na kraji města (1977) nebo Plechová kavalerie (1979). V roce 1981 se Moučka propracoval ke své životní roli, diskutabilní postavě Josefa Pláteníka v propagandistickém seriálu Okres na severu. Moučka se s rolí zcela sžil, na vysílání seriálu pak navazovaly besedy po celé republice. Vnímání seriálu bylo již ve své době vesměs negativní a dodnes je mezi diváky silně zakořeněno spojení Moučka – Okres na severu, které bohužel pohřbilo všechna jeho filmová vystoupení z předešlých let. Herec za seriál obdržel také státní vyznamenání – stal se laureátem státní ceny Klementa Gottwalda.

Jaroslav Moučka pak do konce 80. let hrál v dalších filmech a seriálech (Dynastie Nováků, 1982; My všichni školou povinní, 1984; Rozpaky kuchaře Svatopluka, 1984). Překvapivé pak je, jak se dokázal prosadit i po pádu komunistického režimu v roce 1989. V menších rolích se objevil například ve filmech Svatba upírů (1993) nebo Z pekla štěstí (1999), nikoli malou úlohu dědečka dostal v seriálu Život na zámku (1995). Koncem 90. let se kvůli vážnému onemocnění stáhnul do soukromí v Kardašově Řečici, později se přestěhoval zpět do Prahy. Po dlouhé nemoci zemřel Jaroslav Moučka 26. prosince 2009 ve věku 86 let.



Velikonoce

Stejně jako před Vánoci advent je dobou půstu a přípravy na svátky, je postní období i před Velikonocemi. Trvá šest neděl a může začínat v rozmezí 8.2. až 14.3. (první postní neděle) a končit buď 15.3. nebo až 18.4. (ta poslední, šestá).

Postní neděle mají svoje jména:

1. postní neděle černá po období masopustu se ženy oblékly do tmavých nebo černých šátků
2. postní neděle pražná jedlo se jídlo z praženého nedozrálého obilí
3. postní neděle kýchavá kolikrát člověk kýchnul, tolika let se měl ještě dožít
4. postní neděle družebná mládež se směla sejít na návsi a povесelit se, v tento den chodíval družba se ženichem na „přednámluvní“ návštěvu v některých krajích se této neděli říkalo liščí, maminky napekly z kynutého těsta ptáčky, věnečky a podobně, pověsily v sadě na větve stromů a děti hledaly, co jim liška přinesla
5. postní neděle smrtná vynášení Zimy, Smrtky, Mařeny, Moreny přinášení lítečka
6. postní neděle květná svěcení kočiček a zdobení světnic

Pašijový týden:

Modré pondělí

- začal velký předvelikonoční úklid, velké prádlo bílé – zjasňovalo se modravou šmolkou

Žluté úterý

- pokračování velkého úklidu, velké prádlo barevné, vydrhnutí nábytku, nádobí, svatých obrázků, dřevěného stropu, podlahy

Škaredá středa

- Jidáš se mračil na Ježíše – kdo se mračil tento den, měl mít zamračené všechny středy v roce

- v kostele pálí kněží kočičky, popelem dělají kříž věřícím na čelo
- vymetají se komíny

Zelený čtvrtek

- kněží mají zelené roucho při mši
- bylo nutno sníst zelené jídlo, nejlépe čerstvé – polévka z jarních bylinek, první jarní špenát a podobně, popřípadě alespoň zelí
- v tento den naposledy zvonily zvony, pak umlkly, „odlétaly do Říma“ a ranní, polední a večerní zvonění obstarávali chlapci s řehtačkami
- bylo nutno vymést celý dům a smetí odnést za humna, peřiny vyšlehat svěcenými kočičkami, aby se v domě nedržely blechy

Velký pátek

- den hlubokého smutku
- před východem slunce se lidé omývali v potoce, aby neonemocněli, hospodyně vymetly dům a stáje a smetí vynesly za humna, aby se v domě nedržel hmyz
- nesmělo se nic půjčovat, s půjčenými předměty by se dalo čarovat
- nesmělo se pracovat na zahradě a na poli, ale do západu slunce bylo nutno poklidit veškeré hospodářství a přede dveře chlévů i obydlí položit drn svěží trávy – to aby čarodějnice neškodily (musely totiž všechnu travičku spočítat, než mohly do domu)
- nesmělo se prát v potoce ani hýbat se zemí
- otevíraly se poklady

Bílá sobota

- světil se oheň, oblékala bílá roucha, mnohde se bílily světnice i chalupy
- doma uhasla všechna ohniště, vyčistili je a nový oheň se zažíhal z plamene polínka/svíčky z ohně svěceného před kostelem
- popelem ze svěceného ohně se sypala pole a louky pro dobrou úrodu
- svěcené uhlíky se dávaly za trámy, aby chránily stavení před požárem

Velikonoční neděle

- světilo se velikonoční jídlo – beránek, mazanec, vejce, chléb i víno

Červené (Velikonoční) pondělí

- pomlázka – musela být vždy čerstvá, aby mohla dívky „pomladit“, někde se polévalo vodou, kraslice za odměnu byly původně jen červené (dnes se málo ví, že zapovězená barva na Velikonoce je modrá – je barvou smutku)
- vejce hospodyně také zakopávaly v rozích polí, aby zajistily jejich plodnost, společně snědené vejce zajišťovalo soudržnost rodiny



Zima

Sněží -

*Chladné bílé vločky se ospale snáší
na pražské ulice zapomnění
a v srdcích lidí
nálady splínů v drtivé zimě
hrozivě se třídí,
strašlivou mocí."*

*Na pokraji deprese,
vyhlíží odněkud tajemná imprese
a přivolává tiché snění.
Snění beze smyslu, snění jen tak,
v mátohách kolebá lidmi jak vrak
lodi, jež čeká na přístav.*

*V daleké planině
tam kdesi v pustině
studené tělo leží.
Je plné chladu a v očích má zář,
jakoby někoho očekávala,
ta modrooká tvář.*

*Tvář měsíce či tvář života,
tvář smrti, pohádek, robota,
který bez srdce z okna se dívá,
dolů na temnou krajinu zimy,
posetou královnu noci,
v nemilostrdné moci vichřice,
jenž se přivanula jakoby prosíce
o pomoc.*

*Oč prosí vichřice mířící z kopců?
Co žádá od nás?
Nás, lidí - dcer, synů, matek a otců,
kteří bloudí v zapomnění.
Hledají smysl, hledají krásu,
hledají jakousi pozemskou spásu,
ale nenalézají.
Hledají dlouho a hledají všude,
Kde jen to neznámé čekati bude?*

*A tomu všemu do noty hraje,
bělostná zima a její taje.
Taje života a taje smrti.
Jako té mrtvole, jako té lodi,
jež lidi den co den
do ticha vodí.*

*Kolikrát lidské svědomí změní,
kolikrát nastane zadostiučinění?
Málokdy, nikdy, těžká to úvaha
vzduchem se šíří bolestná námaha.
To se bílá postava
ze země zdvíhá a tělo zmodralé
do dálky
tichem a tajemnem smutně se mihá.*



Pro císaře pána
Peklo v zákopech
Václav Fürst
1883 - 1957

Dne 3.září večer nastupuje náš prapor opět na svá stará místa. S jakými pocity který z nás odcházel, těžko říci. Jenom to je jisté, že každý z nás proklínal válku a její původce.

První noc v zákopech uběhla dosti klidně. Nepřítel nás neobtěžuje střelbou. Druhý den na nás sluníčko vysílá své teplé paprsky, ve kterých jsme opět trochu pookřáli po delší době trvajících dešťů. Jak známo, podzim zde na jihu bývá na deště velmi bohatý. Též noc a následující dopoledne uběhly dosti klidně. V poledne se dostavila prudká bouře, která vyvrcholila důkladným deštěm. Již několik dní jsem dosti zmalátněný. Velký průjem a svírání ve střevech mi nedovolovaly se řádně najíst. Když jsem se hlásil marod, doktor mi dal opium a uznal mě schopným služby. Moje potíže byly asi následkem pití vody. Když jsme byli u Jamiana v zákopech, já jako „švarmfíra“ jsem poslal dva vojíny, krajany, Štěpku z Nové Vsi a Kříže z Velice do vesnice pro vodu. Oni našli studnu, avšak ve vodě se vyskytovalo vše možné. Tuto znečištěnou vodu nám přinesli a já jsem jí vypil plnou polní láhev. Od té doby cítím neustále, že nejsem zdrav.

V poledne mi řekl náš praporčík, že když mi není dobře, abych si lehl. Ulehl jsem tedy zabalen do deky a celty na dno zákopu a usnul. O nastalé bouři jsem nic nevěděl, až když jsem procitnul zimou, tedy vidím, že se přes mě valí voda. Zima mě mohla roztrást. Říkám to poručíkovi i praporčíkovi (oba byli z Budějovic, jakýsi učitel Krebs a syn Tomšů). Oni mi dali své deky, abych si jenom lehl a zahřál se. Však nic naplat. Zima se mnou trásla čím dál tím víc. Poručík (lajtnant) zavolal večer sanitáka a povídá mu: „Vem toho muže a doved' ho na „Batalion hilfsplaty“ (praporní obvaziště). Hlavou mi za něho ručíš,

že se mu nic nestane.“ Tedy sbohem kamarádi a jdeme. Ráno pak při měření teploty na obvazišti shledali, že mám horečku a tak tedy dál na plukovní obvaziště. Tam jsem ležel dva dny, a že horečka trvala, posílají mě o polní nemocnice. Cestou procházím mnohé vesnice nedávno opuštěné obyvateli, neboť při našem ústupu každý hleděl zachránit své životy tam někde daleko ve vnitrozemí mezi neznámými lidmi. Jaký měli spěch, je vidět na zanechaných věcech. Zajisté, že s sebou vzali jenom to nejpotřebnější, ostatní nechali na pospas přáteli či nepříteli? Tu u vrat na dvorku leží velká ještě neporušená dětská panenka. Snad před několika dny si nějaké děvčátko hrálo na dvorku a v tom přiletí do dědiny granát, udeří do stavení a ulekané děvčátko zahazuje svou nejmilejší hračku a utíká ke své matce.

Nábytek je v bytech rozházen, prádlo a šatstvo zašlapané v blátě. Domácí hospodářské nářadí rozlámané, vše se válí v jedné směsi. Některá stavení jsou těžkými granáty rozbořená a ve svých troskách ukrývají majetek třeba dříve zámožných lidí.

Dále od bojiště se setkávám s jedním transportem vystěhovalců, kteří na chatrném vesnickém vozu taženém dvěma hubenými kravkami odpočívající na náměstí městečka Proseka, aby po milosrdném nasycení od cizích lidí pokračovali dále k nádraží, odkud je má odvézt do neznámé ciziny.

Vidím malé děvčátko, které zaujalo celou moji pozornost. Hlavičku opřenou o prsa své matky, očka zavřená, patrně spí. Matka patrně ještě nezná ty hrozné věci, které je očekávají. V sepnutých rukou drží na prsou sošku Panny Marie, která jí snad byla ze všeho nejmilejší či snad neměla více času na jiné věci, které by zachránila? A tak různou směs pestrých maličkostí lze vidět mezi těm ubohými lidmi, kteří nevědí, kde zítra bude jejich domov.

Ač nemocen a právě opouštím bojiště, ty hrůzy války, které jsem více cítil nežli oni, přece jsem dojat při pohledu na ty malé trpitele, kteří nevinně zkoušejí. A proč?

Maně se mi vybavuje vzpomínka na mé mládí a mohu říci na polovinu života, který jsem bezstarostně prožil. Kdežto tito malí trpitelé jsou odsouzeni od nejútlejšího věku žít v nedostatku a strádání, které tato doba s sebou nese. Až někdy tato těžká doba pomine, bude jim

strádání, které tato doba s sebou nese. Až někdy tato těžká doba pomine, bude jim strádání a nedostatek údělem?

Jak bolestivé je při takové vzpomínce pro člověka trochu myslícího. V polní nemocnici v Proseku jsem se zdržel tři dny. Průjem stále větší, doktor mi dával opium každé ráno a večer osminku rumu. Však nic platno. „Snad je to úplavice nebo mor,“ povídá, „půjdeš dál do vnitrozemí.“ A tak po třech dnech mě ještě s jinými naložili na vůz a odjíždíme do Občiny na dráhu, odkud máme odjet do Lublaně do nemocnice.

Jízda vlakem z Občiny do Lublaně nám trvala od dvou hodin odpoledne až do osmi hodin večer. Po příjezdu na nádraží v Lublani nás automobil Červeného kříže dopravil do nemocnice. Zápis v přijímací kanceláři, koupání a třídění podle nemocí na různá oddělení trvá další čtyři hodiny, až konečně o půlnoci přicházím na lůžko. Těším se, že si aspoň teď odpočinu. Avšak jak naděje někdy zklame.

Ráno při lékařské prohlídce nařizuje lékař donést moje šaty a dopravit mě na infekční oddělení. Nemocniční sluhové mě na nosítkách odnášejí do auta a za pět minut ležím v oddělení pro nakažlivé nemoci. Tam u mě rozpoznávají místo úplavice střevní tyfus abdominalis. Tedy nakažlivá a těžká choroba. Neúprosná horečka již dosahuje 10°C a přivádí mou mysl skoro k blouznění. Kromě této nemoci trpím ještě žaludečním a střevním katarom. Údy vypovídají službu, sotva se vleču. Bez cizí pomoci bych se na nohou ani neudržel. Na posteli zahalen v dekách, se třesu zimou. Na žádné jídlo nemám chuť a také žádné nedostávám. Ráno, v poledne a večer vždy jednu osminu litru svařeného horkého vína a dvě housky, celkem asi pět deka usušeného chleba. To je mé jídlo po celý týden.

Po týdnu horečka opadá a mně se ulehčuje. Každý den musím na záchod a svou krvavou stolicí donést k rozboru. Tyfolové bacily pomalu mizí a počíná mi přibývat chuť k jídlu. Nyní dostávám ještě v poledne vařenou rýži. Ta mi chutná, té bych snědl hodně, ale dostanu jenom odměřenou dávku.

Po čtrnáctidenním pobytu v izolačním oddělení jsem přeložen do oddělení pro rekonvalescenty. Máme zde lékaře Maďara, ten se o nás stará. K jídlu mi zde dávají mléko, kaši a černý chléb. Za tři dny náš

maďarský doktor odchází do pole a na jeho místo přichází jako velitel nemocnice Čech, nadlékař Procházka z Prahy.

Na pokoji je nás osmnáct. Dva Češi a ostatní Rumuni a Maďaři. Při předávání nemocných chtěl maďarský lékař Procházkovi popisovat nemoci jednotlivců, ten ho však kategoricky odmítl, že si nemocné prohlédne sám. A skutečně, druhý den přišel se zapisovatelem, ke každému si sedl, proklepal, stanovil diagnózu a předepsal dietu. Přijde ke mně, podívá se na tabulku a povídá: „Ó vida, konečně jsem našel také jednoho Čecha. Odkudpak jsi? A co Ti schází?“ „Od Českých Budějovic“, odpovídám. „No tak vida krajan“, on na to. „Já jsem z Budějovic a teď jsem ordinoval v Praze. No tak se podíváme, co ti vlastně je.“ Sedl si ke mně na postel, proklepával, poslouchal a konečně povídá: „Ten tyfus tě pořádně zřídil. Být zde na této dietě nějaký čas, dostaneš tuberkulózu. Copak, máš hlad?“ „Ano“, odpovídám. „Jenomže když se najím tlačí mě v žaludku“. „A jaký chleba ti dávají?“ Mám ještě kousek, tedy mu jej ukazuji. „A to ti dávají jíst? Sestro, pojd'te sem“, volá ošetřovatelku. „Jaké máte zde diety?“ Ona odpovídá: „První, druhou a třetí“. „No a ještě?“, na to lékař. „Ještě tzv. freidietu“. „A co je v této?“, ptá se on. „Vino, vejce, šunka, kuře, moučníky, cukroví, nudle a kakao“, nerada odpovídá ošetřovatelka, protože toto vše samy snědly a marodům dávaly podřadnější jídla.

„To jsem chtěl slyšet“, povídá lékař. Vzal tabulku, napsal mi „freidietu“ a ošetřovatelce přikázal: „Ať ten marod dostane všechno, co je zde napsáno. Jste za něho odpovědná, poněvadž chytá na špicích plic tuberkulózu, tedy potřebuje silnou stravu. Jestli se dozvím, že ho šidíte, tedy vás okamžitě vyhodím. A ten černý chleba ať tady nevidím. Ode dneška dostane k snídani tři rohlíky.“ A ke mně se obrátil a povídá: „Kdyby ti nedali, co jsem napsal, jenom mi to řekni, já s nimi zatočím.“ Od té doby žiji jako v ráji. Ráno půl litru bílé kávy nebo kakao, v osm hodin ovocný kompot, v devět vejce a šunku, v deset čtvrt litru vína, v jedenáct polévku z vejce a dvě porce smaženého kuřete, ve dvanáct vařené nudle. Ve dvě odpoledne pečené cukroví, ve tři šado (to je svařené víno s vejcem a cukrem), ve čtyři půl litru černého piva, v pět bílé buchtičky a v šest opět bílou kávu. Na noc mi ošetřovatelka vždy ještě přinesla čtvrt litru svařeného vína.

Vskutku jsem žil jako v ráji. Lékař neopomněl každý den se zeptat, jak se mi daří. A měl z toho radost, jak se očividně zotavuji.

Ošetřovatelky měly z něho vítr a když viděly, že mi přeje, byly by mi udělaly pomyšlení. Z okna, proti němuž ležím, jsou vidět jenom střechy několika domů a dále na obzoru vysoké vrchy pokryté zčásti sněhem. Jak jsem již uvedl, v pokoji jsou se mnou samí Maďaři a Rumuni, s těmi se tedy nemohu bavit a s tím jedním Čechem si nemáme stále co povídat. Tedy píšu.

Do města ještě nemám dovoleno jít, ačkoliv bych si rád prohlédl památky a stavby. Možná, že vícekrát již nebudu mít příležitost zavítat do bílé Lublaně. Město samo leží v pěkné rovině obklopeno kolem vysokými vrchy. Obchod a průmysl je zde dosti čilý, neboť se zde železnice rozvětňuje do všech stran. Domy jsou výstavné, protkané pěknými parky. Však jakou cenu to má pro nás, kdy každý má na mysli bojiště, kam můžeme být posláni každým dnem a tam třeba dokonat svůj život.

Přikvapila doba podzimu. Ještě nedávno nás žhavé jižní slunce přímo spalovalo svými paprsky, a dnes? Jaká změna za pár týdnů. Ve víru větrů se točí žlutavě šedé listy padající ze stromů a šlehaající do tváří chodců.

Jednoho nedělního rána se slunce vyhouplo z ranní mlhy ke své cestě po obloze. Měkká, nezkalená modř oblohy slibovala krásný podzimní den. S kamarádem jsme se vydali na procházku k blízkým lesům.

Vycházíme z města přes železniční trať a po široké bílé silnici míříme k nejbližším vrchům, které leží před námi jako ohromné kupy sena.

Stromy po stranách silnice jsou již zbaveny své krásné ozdoby, ovoce, na které ještě před několika týdny s touhou pohlíželi kolemjdoucí.

Kraj kolem nás je zvlněný, jakoby velkým větrem byla země přivedena do pohybu a pojednou se v kolísání zastavila. Vrchy, údolí a kopce, na všem leží mírný vlažný svit podzimního říjnového slunce. Ve vzduchu poletuje babí léto. Rozhledna na vysokém vrchu před námi vypadá jako k nebi zdvižený prst hrozící lidstvu by již zanechalo toho bezúčelného vraždění se navzájem. Na úpatí hor se modrají lesy a vrchy těchto hor, jindy neustále pokryté mraky a mlhou, se bělají ve svém sněhovém závoji.

Vystupujeme na stráň před námi a pohlížíme na to krásné panorama prostírající se v údolí.

Dole jako obrovský na slunce se vyhřívající had leží železniční koleje, lesknou se odrazem námi opuštěné louky, na kterých kvete různými barvami jedovatý ocún a vše protíná velikými oklikami řeka. V dálce vykukují ze stromů a křovin bílé domky a věže. Továrny vypouštějí svými černými komíny k obloze bílý a černý dým. Nedaleko hrčí po silnici vůz. Koňská kopyta pevně dopadají na tvrdou válcovanou plochu. Vozka praská bičem. K nám nahoru zaznívají hlasy lidí. Jako temně zelené a hnědé kostky jsou vnímána pole před námi a v dálce v mlžném oparu se jako dětské hračky objevují bílé domky nějaké vesnice.

Při tomto pozorování jižní přírody utíká čas velmi rychle. Hodiny se blíží k poledni a my musíme myslet na návrat. Neradi se loučíme s krásnou podívanou do údolí. Kdo ví, zda mě sem osud ještě někdy zanechá. Sestupujeme ze stráně a přes nedávno posečenou louku se ubíráme ke svému dočasnému domovu. Dvě malé strakaté kravky spásají poslední zbytky trávy, kterým se kosa vyhnula. Malé děvče oblečené v jižním slovanském kroji stojí při nich a klidně na nás pohlíží, jakoby chtělo říci: „Kde vy jste se zde vzali a jakým právem šlapete po našem pozemku?“

Vystupujeme z úvalu na svěží sluníčko. V paprscích slunce se lesknou štíty městských domů. Z komína nedaleké sušárny vystupuje bílý průzračný kouř. Vůně sušících se švestek se mísí s typickou podzimní vůní bramborových natí. Po malé chvilce přicházíme na silnici, po které jsme vyšli z města ven. Směrem do města kráčí několik rumunských vojínů. Zpívají. Bůh ví, co si který z nich myslí při tom zpěvu plném touhy po domově. Jdeme tiše za nimi až k naší nemocnici.

Jaký to protiklad. Zde zpívající a hned vedle za zdmi umírající nebo na smrt nemocní lidé!

Však ono vám, hoši, také do zpěvu nebude, až se třeba někdy do těchto míst vrátíte z bojiště. Tam, odkud kdo přijde, zajisté mu není do zpěvu, neboť neustále slyší ty hrozné výbuchy granátů, praskání šrapnelů a chrčení min.

V duchu zalétám ke svým druhům na nedalekém bojišti, co asi teď
v těchto deštivých dnech zakoušejí v zákopech. Stát připraven u své
střílny ve studené deštivé noci, pak ve dne pracovat na zdokonalování
svých nehotových nebo nepřátelskou dělostřelbou zasypaných zákopů,
to je malá radost. Má vzpomínka patří i těm padlým vojínům od
našeho pluku, kteří odpočívají na tom tichém poli u Jamiany a kterým
poslední hranou byl hukot děl. Jako vzpomínku jim věnuji tuto mou
báseň:

Za padlými druhy

Vesnička zbořená
na dálném jihu,
v trosky rozvalená
zbavena lidu.

Po stranách vrchy dva
jak strážci její,
v údolí hřbitov náš,
kde druzi spějí.

Kolik zde synů spí
naší milé vlasti?
O ničem již neví,
o bojích a strasti.

Vzpomíná manželka
na druha svého,
modlitbu šeptají
též dítky jeho.

Otče náš v nebesích
slyš naše přání!
Navrať nám tatíčka
jenž dlí tam v dáli.

Ten se však nevrátí
k vám, dítky drahý.
Chladná zem jej kryje
v tom cizím kraji.

Na dálném severu
matička vzpomíná.
To oko mateřské
neuzří již syna.

Mnoho malých křížků
oznamuje světu,
kdo v kterém rovu spí
z těch mladých reků.

Odpočívejte v pokoji
na poli klidu,
vy, trosky hrdinů,
trvale v paměti lidu.

Na tomto poli klidu, které má sloužit za odpočinek těm, kteří byli nuceni položit svůj život za „vlast“, zuří teď válečná vřava. Hřbitov vzdálený jenom něco málo metrů od našich předních linií, je rozrýván těžkými střelami nepřátel, určenými našim zálohám shromážděným vzadu za přední linií. A tak ti ubozí, kteří zažili všechny hrůzy a strasti, nenalézají klidu ani zde.

Když již přestane toto hrozné světové drama? Tak se táže každý z nás a myslím, že by nebylo ani jediného kromě zuřivých válečníků, který by si nepřál ukončení nesmyslné války. I mezi vojíny se počíná zmáhat jakási zmalátněnost a doufám, že není daleko doba, kdy zahodí své zbraně a půjdou do svých domovů. Těm, kterým bude někdy přáno se vrátit do kruhu svých rodin, nevymizí z paměti válečná léta.

.....pokračování příště

Velikonoční báseň

*Dopletl jsem pomlázku,
zítra máme vycházku,
už se těším velice,
na barevné kraslice*

*Ženy mě vždy pohostí,
to zas bude radostí,
vypráším jim zadeček,
ale jenom drobeček.*

*Během moji návštěvy,
vítají mě úsměvy,
nalijí mi skleničku,
dají něžnou hubičku.*

*Rok co rok to prožívám,
Velice si užívám,
Svátky jara potěší,
Polibkem se nehřeší.*



Co je Snoezelen?

Představte si, že po vás nikdo nic nechce. Zaplavuje vás měkké, intimní světlo, ležíte na hebkých polštářích a pozorujete, jak světelné paprsky rozsvěcejí malbu nad vaší hlavou. Kolem panuje ticho, nebo zní hudba. Ocitli jste se uvnitř měkkého prostoru plného barev, vůní a nevtíravých zvuků. Daleko, za pevně zavřenými dveřmi zůstaly starosti, obavy i děsy, se kterými se musíte běžně potýkat. Vystoupili jste z každodenního kolotoče a ocitli se v čase i prostoru někde jinde. Jste v bezpečí.

Takto na vás mohou zapůsobit tzv. snoezelenové místnosti určené k relaxaci, smyslové stimulaci a prožívání nenásilné důvěry.

Snoezelen je využíván v mnoha zařízeních, jako jsou speciální mateřské a základní školy, integrační centra, domovy sociálních služeb, rehabilitační centra, denní stacionáře, hospice a jiné. S metodou Snoezelen pracují odborníci z různých profesí, zejména léčební a speciální pedagogové, psychologové a psychoterapeuti, zdravotní rehabilitační pracovníci, fyzioterapeuti a vychovatel.

Za cize znějícím slovem se skrývá kouzelný prostor.

Pojmenování samotné vzniklo v 70. letech spojením nizozemských výrazů pro čichání (snuffelen) a dřímání (doezelen) jako výsledek pokusu vyjádřit jedním slovem mnohost počitků a prožitků čekajících uvnitř stěn speciálně upravených místností.

Multismyslové nebo také psychorelaxační místnosti se v průběhu následujících desetiletí rozšířily především v západní Evropě a Spojených státech jako odpověď na potřeby psychicky deprivovaných dětí i dospělých, fyzicky i mentálně postižených a v neposlední řadě obětí moderní společnosti – lidí vyhořelých, deprimovaných a chronicky unavených.

Jak z již uvedeného vyplývá, snoezelen může být prospěšný každému – ani zcela zdravě se cítícímu člověku neuškodí vypnout a vymanit se

alespoň na chvíli z chaosu, uspěchanosti a nároků, jež na něj klade současný život.

Jaká jsou pravidla?

„Ve snoezelenu je vše dovoleno, zde nikdo nikoho k ničemu nenutí, naopak, každý si dělá právě to, co v danou chvíli chce. Zejména dobrovolnost využití

nabídky je velmi důležitá. Hlavním cílem tedy není zlepšení výkonu či naučení se

něčemu novému, ale hodnota spočívá ve využití volného času, v různých aktivitách nebo

jen příjemném uvolnění. Spojuje myšlenku dynamiky s relaxací. Smysl vidíme v příjemné

atmosféře, vyvolávání kladných emocí, zážitků a v možnosti získání skutečného

mezilidského kontaktu.“

Takto pojmenovává podstatu snoezen speciální pedagožka Petra Truschková, autorka knihy *Snoezelen jako terapie nových možností*.

Individuální přístup

Hlavním principem práce v Snoezelen místnostech je individuální přístup. Nikdy bychom neměli klientovi vnucovat naše pocity, ale brát v úvahu jeho potřeby, individuální schopnosti a předpoklady. Klientovi nemusí určité podněty vyhovovat – například příliš silné zvuky či nevhodné osvětlení. Pro vytvoření správné atmosféry se musíme vcítit do jeho situace, „dívat se jeho očima“ a „slyšet jeho ušima“, abychom mohli vytvořit příjemnou atmosféru, v níž se bude cítit dobře. Dosáhnout toho můžeme například osvětlením (tlumené světlo), správným výběrem hudby v pozadí, ztišení hlasem, eliminováním rušivých vlivů a pohodlnými místy k sezení nebo ležení.

Možnost volby a výběru

Klient by se měl podle svých možností rozhodnout sám a iniciativa by měla vycházet od něj. Průvodce klienta respektuje a přizpůsobuje se jeho volbě. Je třeba také respektovat tempo klienta, kdy mu třeba poskytnout dostatek času, protože intenzita vnímání a zpracování podnětů je u osob s postižením rozdílná. Záměrem je, aby klient zachytil a zpracoval podněty a vytvořil si nový zážitek svým vlastním tempem a způsobem. Proto by v Snoezelen místnostech neměl být přítomen spěch nebo nátlak. Důraz se klade také na vztah mezi klientem a terapeutem, který má být založen na vzájemné důvěře.

Správná časová délka

Obecně by délka jednoho pobytu měla trvat přibližně 30 – 45 min, závisí však na konkrétních potřebách klienta. Individuální pobyty nemusí trvat dlouho, klienti benefitují z jejich pravidelnosti. Skupinové pobyty, při kterých je potřebný čas na skupinovou dynamiku, mohou trvat i 45 až 60 minut.

Důležité je, aby tak, jak vznikla klidná atmosféra, se také postupně pozvolna ukončila. Pobyt v Snoezelen místnosti by neměl být náhle přerušen a ukončen. Ideální pobyt, pokud to okolnosti dovolí, může být s otevřeným koncem a v nelimitovaném čase, kdy délka závisí na reakcích klienta. Pokud klesá nadšení z aktivit, zájem, naznačuje to určité signály pro ukončení. Projevy mohou být různé a signály, které bychom měli umět správně identifikovat a interpretovat.

Důležité je opakování, neboť klienti potřebují mnohem více času na vnímání a zpracování podnětů. Je obtížné stanovit jak často, jak dlouho a jakým způsobem. Zde jsou opět významnými indikátory zejména reakce klienta.

Vy a Vaši blízcí

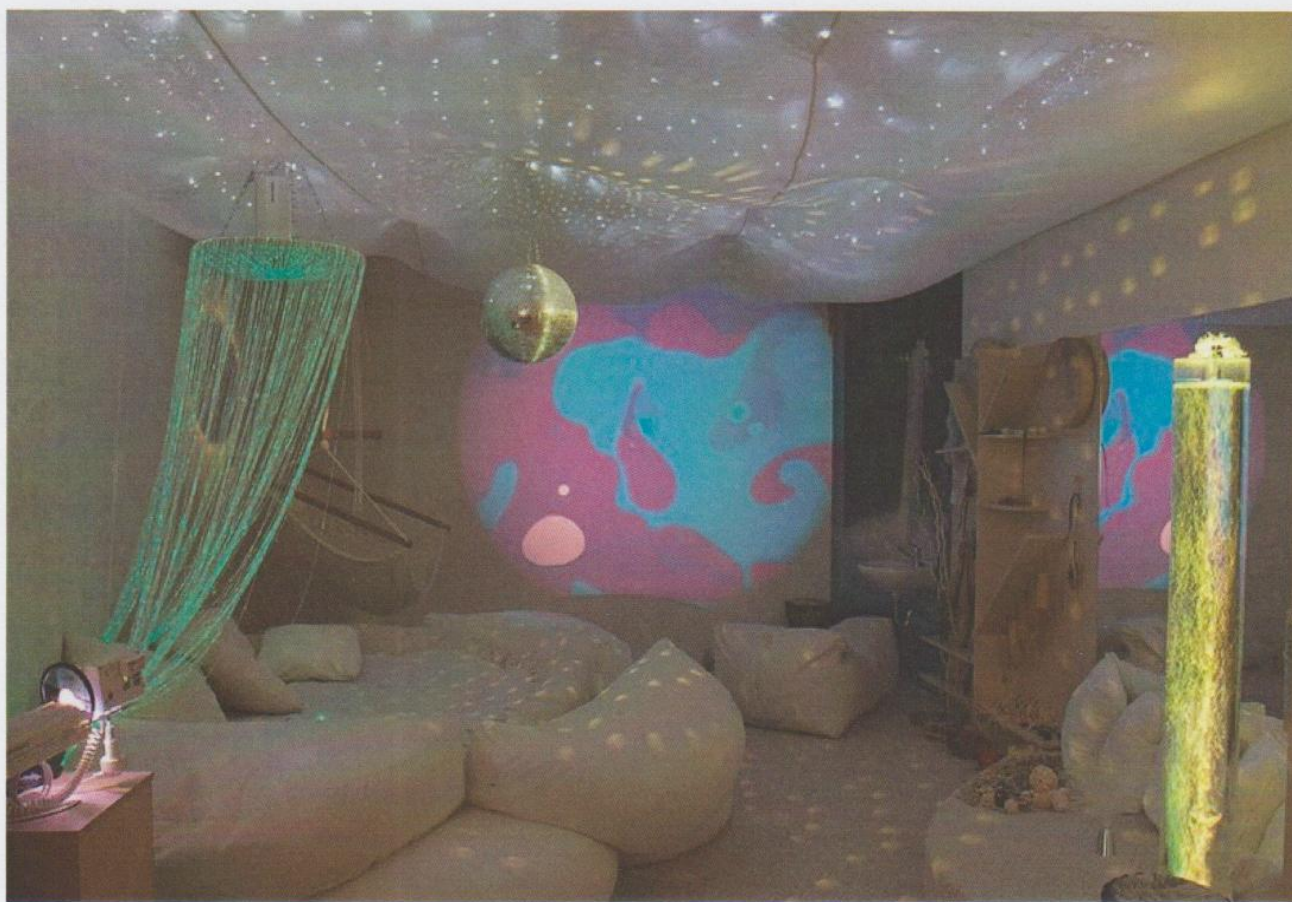
Do snoezelen místnosti klienty doprovází buď terapeuti a speciální pedagogové, nebo také členové rodiny (typicky rodiče dětských klientů).

Základem je nastolení důvěry, nenucenosti a pohody. Zde se nepočítají výkony a neočekává se pokrok (přestože k němu nenásilnou cestou dochází), tím nejdůležitějším zůstává pozitivní emocionální prožitek.

Snoezelen v České republice

Multismyslové místnosti se pomalu stávají součástí speciálních škol a školek (např. Ibsenka v Brně), ústavů a nemocnic.

Od března minulého roku u nás působí *Asociace konceptu Snoezelen České republiky* (ASNOEZ) – dříve *Bazalsnuz*, která pořádá semináře a školení a zajišťuje přípravu vybavení snoezelen místností. K jejím výtvorům patří například snoezelenová místnost v ostravském centru Čtyřlístek.



Využití Snoezelenu v praxi

Podle zaměření, cílové skupiny a odborné kvalifikace se rozlišují různé druhy využití Snoezelenu – jako forma terapie (terapeutický přístup), edukace (pedagogicko-podpůrný přístup) a využití volného času. **Krista Mertens** rozlišuje až čtyři aplikační okruhy, kdy Snoezelen jako terapii uvádí v rámci dvou okruhů.

Charakterizujme si následující rozdělení a jednotlivé cíle, na které je

zaměřen ten který přístup, i když je někdy vzhledem ke klientovi a nabídce pomoci velmi obtížné rozčlenit terapeutické a podpůrné záměry, protože se vzájemně prolínají.

1. Snoezelen jako terapie v užším slova smyslu je zařazena podle neurofyzilogického základu do psychomotorické terapie, kdy je řízena lékařem nebo Snoezelen terapeutem. Je integrována i v terapeutickém konceptu ergoterapie a fyzioterapie, zejména v metodách senzorické integrace a mototerapie.

Ve světě stále probíhají výzkumné studie o účincích Snoezelen, není tedy předepisován jako terapie v užším slova smyslu. Snoezelen poukazuje na pozitivní výsledky, jako jsou rozvoj smyslového vnímání, zlepšení schopnosti relaxace a uvolnění se, rozvoj poznávání, emocionality, komunikace, kreativity, snížení agresivního a autoagresivního chování, redukce stresu a stereotypního chování, zvýšení spontaneity a zlepšení vztahu mezi klientem a terapeutem.

2. Snoezelen jako terapeuticky orientovaný přístup se rovněž provádí prostřednictvím speciálního odborníka (pedagog s doplňkovou kvalifikací pro Snoezelen). Pokud budeme tuto metodu využívat jako terapeutický přístup, je nutné odborné zázemí terapeutů. Existovat musí plánovaný a cílený postup, založený na komplexní diagnostice klienta, a samozřejmě zpětná vazba, evaluace a efektivita.

Diagnostiku zaměřujeme na hlavní oblasti, jako osobní anamnéza klienta, vývoj postižení, důležité informace týkající se všech smyslových systémů, pohybových schopností, intelektuálního vývoje, komunikace, interakce, příjemných a nepříjemných podnětů, možnosti motivace a podpory. Hodnocení se doplňuje pozorováním a dotazníky. Diagnostika je velmi důležitým a rozhodujícím předpokladem pro stanovení cíle a terapeutických opatření. Jsou do ní zapojeni i odborníci z jiných oblastí a stejně tak je nezbytná i spolupráce s rodinou.

Z důvodu odlišnosti jednotlivých klientů je využití Snoezelenu jako terapeutického přístupu velmi individuální, jeho cíle a techniky závisí na cíli terapie a možnostech klientů. Slouží jako opatření na překonávání, popřípadě kompenzaci poruch a na podporu osobnosti a

kompetencí klienta. Snoezelen se může provádět v kombinaci s jinými terapeutickými metodami, jako je Vogelová metoda prenatálních místností, muzikoterapie, ergoterapie, psychomotorická terapie, terapie senzorické integrace, arteterapie, dramaterapie, terapie hrou, a jiné.

3. Snoezelen jako pedagogicko-podpůrný přístup nebo podpůrná edukační metoda, která je zaměřena na podporu výchovně-vzdělávacího procesu na školách. Pedagog nebo vychovatel aplikuje Snoezelen v rámci tohoto směru, s přihlédnutím na specifika jednotlivce, s následujícími cíli:

- podpora kognitivních procesů,
- obecná aktivace na podporu procesů učení,
- rozšíření poznávání a zkušeností o okolním světě,
- podpora vnímání a intenzivní přijímání podnětů,
- zlepšení koncentrace,
- podpora seberealizace,
- socializace a integrace do sociálních struktur,
- uvolnění

Některé z cílů jsou žádoucí i při terapeuticky zaměřeném přístupu, ale tady je v popředí především pedagogická podpora. Z pedagogického aspektu představuje Snoezelen pro jednotlivce neobyčejnou svobodu při výběru činností. Pedagog může dítě vést a promyslet si průběh jednotky v Snoezelenu. Tato možnost neprotiřečí původnímu záměru a principu svobodné volby. Naopak, mnoho dětí a mládeže má problém se koncentrovat po delší dobu a bez usměrňování (Mertens, 2003).

U jedinců se speciálními potřebami je hlavním cílem celkové uvolnění, neboť jsou často vystaveni značnému napětí a stresu. Zvláště v zařízeních s celodenním nebo celoročním pobytem, kde je omezený prostor a stále stejné prostředí, které může tento stres vytvářet. Snoezelen místnost je na školách využívána jako úplně jiné prostředí na rozdíl od prostředí typicky školního. Cílem je umožnit žákům zažít nové situace, vybudovat si nové vazby, vzájemně se více poznávat, rozvíjet a stimulovat smysly, najít místo pro řešení vzájemných problémů, nebo jen změnit prostor školní třídy.

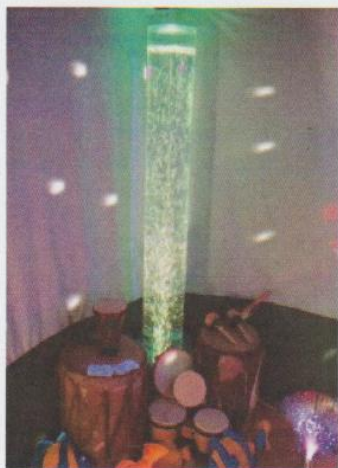


4. Snoezelen jako volnočasová aktivita

Posledním způsobem je využití Snoezelen jako nabídku volného času a uvolnění. Za určitých předpokladů může být nabídkou pro každého, ve všech věkových kategoriích.

Pokud nabízíme Snoezelen jako volnočasovou aktivitu, tak nabízíme nové zážitky, fyzické i psychické zklidnění, zotavení, harmonizaci, načerpání sil a výběr příjemných aktivit. Dá se aplikovat bez přímého, předem plánovaného, terapeutického nebo pedagogického záměru. Nejdůležitější zásadou je však svoboda volby, volnost a dostatek času.

Průvodce dává impuls, představuje jednotlivá zařízení, pozoruje a v případě nebezpečné situace zasahuje. Klienta motivuje prostředí samotné, předměty, materiály, technika a pomůcky, které vedou k aktivaci a stimulaci. Podle možností si klient může sám vybrat, zvolit si např. zvukovou kulisu, a tím si vytvořit individuální příjemnou atmosféru.



Druhy sportů

Ke každé skupině sportů uveďte alespoň 5 různých druhů, které odpovídají zadání.

1, Míčové hry

.....

.....

.....

2, Zimní sporty na lyžích

.....

.....

.....

3, Vodní sporty

.....

.....

.....

4, Kolektivní sporty

.....

.....

.....

5, Disciplíny desetiboje

.....

.....

.....

Blahopřejeme k narozeninám

Hodně zdraví, štěstí a pohody v nadcházejících dnech přejeme našim oslavencům nejen slovem, ale i písničkou, kterou si můžete poslechnout v relaci Písničky na přání Českého rozhlasu České Budějovice vždy dopoledne v den Vašeho jubilea.

Leden

- | | |
|-------|------------------------|
| 1.1. | pan Pekárek Miloslav |
| 2.1. | paní Beránková Marie |
| 6.1. | paní Kopecká Jarmila |
| 12.1. | paní Šimáková Božena |
| 13.1. | pan Kolář Josef |
| 16.1. | paní Kadlecová Ludmila |
| 17.1. | paní Kolouchová Marie |
| 19.1. | paní Soukupová Emílie |
| 20.1. | pan Nováček Dušan |
| 26.1. | paní Vondrová Anna |
| 26.1. | pan Klouda Karel |

Únor

- | | |
|-------|-------------------------|
| 2.2. | paní Kindlmannová Marie |
| 9.2. | paní Tlášková Jiřina |
| 9.2. | paní Linhová Helena |
| 9.2. | paní Komínová Blažena |
| 10.2. | paní Klementová Jiřina |
| 11.2. | paní Bartušková Marie |
| 14.2. | paní Matznerová Iva |

- 17.2. paní Farabauerová Růžena
17.2. paní Dvořáková Milada
18.2. paní Svobodová Helena
19.2. paní Jachimová Božena
23.2. paní Pražáková Jana, Mgr.
23.2. paní Kubešová Zdeňka
24.2. pan Eger František
26.2. paní Sedlická Božena
27.2. paní Kodadová Marie
27.2. paní Pecková Marie

Březen

- 2.3. pan Antal Ivan
3.3. paní Šestáková Marie
4.3. pan Chrt Jan
5.3. paní Kubešová Blažena
6.3. paní Tomková Eva
7.3. paní Krátká Blažena
10.3. pan Liška Josef
10.3. paní Müllerová Colette
12.3. paní Veitová Růžena
12.3. pan Matějka František
12.3. paní Peterková Marie
14.3. pan Dráb Václav
15.3. paní Petrová Marie
17.3. pan Klimeš Ladislav
21.3. pan Růžička Josef
22.3. paní Honsová Marie

23.3. paní Patáková Božena
24.3. paní Nitscheová Alena
27.3. pan Hadač Bohumil
30.3. pan Troják Jiří

